

Zincafé jaarverslag 2015

Inleiding Levenskunst in Leusden

In het jaar 2015 heeft Zincafé het eerste jubileum gevierd met het thema 'Levenskunst in Leusden'. Met heel veel genoegen kijkt de commissie terug op alle activiteiten.

Naast de 5 avonden, die we ook dit jaar hebben belegd heeft gedurende een groot deel van het jaar een krijtbord gehangen in de Hamershof. Daar stond steeds een tekst op met de mogelijkheid voor iedereen daar iets bij te schrijven. Dat leidde tot veel grappige, interessante, zinvolle en ook ontroerende uitspraken. Tijdens de jubileumbijeenkomst op 10 november is aan de aanwezigen een verslag daarvan uitgebracht.

Naast de avonden en het krijtbord bleek ook het levenskunstspel een waardevolle bijdrage aan de vraag hoe het gesteld is met de levenskunst in Leusden. Een uitgebreid verslag daarvan vindt u in dit stuk.

De samenwerking met De Tuin is uitstekend bevallen. Tijdens de eerste vier avonden zijn we voor de discussie zelf uitgeweken naar De Korf, maar voor de ontvangst, pauzes en de nazit maakten we gebruik van de faciliteiten van De Tuin.

Dit project was niet mogelijk geweest zonder steun van alle sponsors. Wij willen hen hartelijk danken voor hun bijdrage! Geert Gratema maakte de cartoons die in dit verslag zijn opgenomen tijdens de slotbijeenkomst.

Ten slotte mag niet onvermeld blijven de enorme inspanning van Carola van den Heuvel van o.a. Bureau Zin. Zij weet mensen te prikkelen en zinvolle ontboezemingen te ontlokken, in een persoonlijke sfeer en met gevoel voor verhoudingen.

Ter gelegenheid van ons jubileum vermelden we in dit verslag een overzicht van alle bijeenkomsten in de afgelopen 5 jaar.

Wij hebben met veel voldoening en plezier onze activiteiten bedacht en uitgevoerd. Wij wensen u veel plezier met het lezen van dit verslag.

Namens de commissie Zincafé,
Hans Sybrandy



Inhoudsopgave

Inleiding Levenskunst in Leusden	pag 1
1. Kort overzicht van de avonden	pag 3
2. Verslag project levenskunst in Leusden	pag 5
3. Samenstelling commissie	pag 8
4. Overzicht bijeenkomsten 2010 – 2015	pag 9
5. Financiën	pag 11
6. Aantallen bezoekers en gemiddelde bijdrage per avond	pag 11
7. Sponsors	pag 11
8. Ten slotte	pag 11

1 Kort overzicht van de avonden

26 januari 2015 **Leven in verbinding** **Herman Wijffels en Herma van der Weide**

Op de eerste avond van het jubileumjaar horen meer dan 200 bezoekers van het Zincafé een krachtige boodschap van het echtpaar Herma van der Weide en Herman Wijffels. “We moeten onze maatschappij anders inrichten. Niet langer het individuele belang voorop stellen, maar de verbinding zoeken. Verbinding met elkaar, met de aarde, en beginnen bij een verbinding met jezelf”. Beiden spreken vanuit een optimistisch wereldbeeld. De wereldbevolking is sterk gegroeid, maar desondanks is het gemiddelde welvaartsniveau gestegen. Er zijn nu al grote ondernemingen die duurzaam produceren tot beleid gemaakt hebben. De zorgelijke bevolkingsgroei is af te remmen door meer welvaart en scholing. De fundamentele verandering ligt in de overgang van een lineaire, naar een cyclische samenleving die de aarde niet langer uitput.

3 maart 2015 **Visie op levenskunst** **Vincent Bijlo**

De bezoekers van de avond zien Vincent niet als cabaretier, maar gewoon ... gaan zitten en aan de hand van vragen, verbanden leggen en met de zaal associaties maken over de wereld waarin wij leven.

Voor de pauze schetst Vincent zijn visie op het leven. Hierbij werkt zijn optimistische visie aanstekelijk. Zijn levenskunst is om alles wat een gegeven is vanzelfsprekend in te bouwen in je doen en laten. Daarmee weet hij slachtoffergedrag om te buigen en aan alles een positieve betekenis te geven en beperkingen uit te buiten.

Vincent zingt eigenlijk alleen eigen composities en één daarvan ‘Geluk’ zingt hij na de pauze. Een strofe daaruit

GELUK

geluk is een glas wijn en een goed gesprek
geluk is dat je tijd hebt om te leunen op een hek
met de zon in je gezicht
geluk is een gedicht
dat nooit geschreven hoeft te worden.

Na de pauze gaat de zaal uitgebreid met Vincent in gesprek. Omgaan met je beperkingen houdt ook in dat je dingen loslaat waarop je geen invloed hebt en waaraan je toch niets kunt veranderen. Hierdoor maak je energie vrij om bezig te zijn met voor jou wezenlijke dingen.

Andersom gesteld, zou je door het hebben van een handicap beter leren om te vechten en dingen te accepteren? Handicaps moeten ook weer niet geïdealiseerd worden, al kun je er soms best gebruik van maken. Als het maar geen pampieren wordt, dat juist creativiteit en doorzettingsvermogen in de weg staat.

13 april 2015 **Techniek en intimiteit** **Rinie van Est**

Zou u seks met een robot willen?’ is de openingsvraag van Rinie van Est. Hij spreekt over het onderwerp ‘Intieme technologie’ en die vraag is een tijdje geleden in Engeland aan een grote groep mensen gesteld. Niet minder dan 17 % van de ondervraagden zei ja. Een aanduiding voor de verschuiving van intimiteit tussen mensen, naar intimiteit tussen mens en technologie.

Met de komst van steeds kleinere computers zit de technologie nu in de hardloopschoen, die dan meteen de coaching kan leveren. Maar daardoor ook weet waar de hardloper uithangt en wanneer die aan een nieuwe schoen toe is. Dat soort technologie dringt steeds verder ons leven binnen. De

apparaten communiceren ook nog met elkaar en vormen een groot technologisch netwerk. Daar zitten mooie en slechte kanten aan.

Van Est stelt met klem, dat we na moeten denken over waar we de grens trekken. Welke onvervreembare rechten eigenen we ons toe? Bijvoorbeeld het recht om niet gemeten te worden? In de levendige discussie komt ook de vraag of de politiek hier mee bezig is. Van Est is niet negatief. Aandacht voor ethische en zingevingsvragen begint ook daar op gang te komen.

5 oktober 2015 Kinderen en levenskunst Susan Smit

Als Susan Smit optreedt in het Zincafé is het publiek duidelijk jonger dan gebruikelijk. Het onderwerp is ernaar: 'Kun je levenskunst doorgeven aan kinderen'?

Susan is moeder van twee nog heel jonge kinderen. Zij vindt het belangrijk om echte aandacht te geven. Dat wil zeggen elkaar in de ogen kijken en praten. Er ontstaat dan een diepere laag Voorleven is belangrijk. En in balans zijn. Dat vergelijkt zij met een evenwichtskunstenaar. Die is daar continu mee bezig. Als je veel met zingeving bezig bent, ben je je sterker bewust van wat er gebeurt. Je moet er wel op letten dat kinderen in zo'n situatie niet de zorg overnemen. Wel de dingen benoemen tegen kinderen. De betekenis kunnen zij niet begrijpen, maar de lading wel.

Na de pauze komt via de vragen weer naar voren dat voorleven toch wel voor 95% het stempel zet. We zijn alleen niet altijd consequent en daarmee ondergraaf je al het andere. Bij het doorgeven van Levenskunst kun je naar jezelf kijken. Wat heb jij meegekregen van je ouders en wat wil jij doorgeven aan je kinderen. Susan vindt twijfel het begin van alles, want hoe overtuigder je bent, hoe moeilijker het is om iets nieuws te leren. Laat het leven lopen, is eigenlijk het motto van deze avond.

**10 november 2015 Terugblik Lustrumproject 'Levenskunst in Leusden'
Albert Jan Stam en Carola van den Heuvel**

'Verbinding' is het trefwoord op de slotavond van het lustrumproject over Levenskunst in Leusden. De avond begint met een korte toespraak van burgemeester Annemieke Vermeulen, waarin zij Zincafé complimenteert met de verrichtingen in de afgelopen vijf jaar. 'Belangrijk voor Leusden.' Ook wethouder Jan Overweg neemt een kijkje en doet in de tweede helft van de avond mee aan het Levenskunst spel, zoals iedereen, met opvallende inzet en openhartigheid.

Dat komt mede door het voorafgaande verslag van het project, waarin door Carola van den Heuvel die het project leidde, verhaald wordt hoe in de afgelopen maanden een tiental geheel verschillende groepen in Leusden dat spel, telkens gedurende meer dan twee uur, speelden.

In een duiding van de resultaten haalt voormalig gemeentepredikant Albert Jan Stam het Bijbelboek Prediker erbij. Daar vindt hij uitspraken over toeval, teleurstellingen en beperkingen, net zoals de speldeelnemers die nogal eens noemden. Maar Prediker heeft ook troostende woorden.

Als ik 'niet storen' op mijn kamerdeur plak, zei een leerling van de basisschool, 'moet je dat serieus nemen, dan wil ik even alleen zijn.' Hij wilde tijd voor beZINning, al was het dan niet in een CAFÉ.

2 Verslag Project: Levenskunst in Leusden!

Vraagstelling

Wat is het goede leven in Leusden anno 2015: waar staan wij op het gebied van geluk, werk, ouder worden, zorg voor elkaar en anderen, levenseinde. Zijn Leusdenaren een beetje levenskunstenaars? Bepalen wij onze eigen koers, hoe vinden wij onze weg in het leven? In een tijd waarin voor velen in materiële behoeften is voorzien, waarin kerkgang niet vanzelfsprekend is en de participatiesamenleving onze inzet voor onze naasten vraagt, ging Zincafé op zoek naar Levenskunst in Leusden.

Doelstelling

Geen wetenschappelijk onderzoek maar levenservaringen en wat van waarde is, onderling delen ter inspiratie.

Aanpak

Uitvoering van het thema vond plaats door het spelen van het levenskunstspel met 10 groepen van steeds 6 personen, 4 avonden in theater DeTuin en een dialoog met winkelend publiek via een krijtbord aan de muur van de bibliotheek.

5 avonden in theater de Tuin met 4 thema's van levenskunst

Levenskunstspellen: 10 groepen van 6 personen.

1. Basisschoolleerlingen
2. Jonge moeders
3. Generatie tussen de 33 en 43 jaar
4. Ambtenaren
5. Kerkvrijwilligers Achterveld
6. Leden van serviceclubs
7. Gezinshuisouders in de Glind
8. Leesclubleden
9. Sponsors van Zincafé
10. Zelfstandig wonende ouderen in t Hamersveld

Definitie Levenskunst

Op zo'n manier in het leven staan dat je zelf je koers bepaalt en met anderen wat van het leven maakt, bij tegenslag je weg vindt en je hoofd boven water houdt.

Organisatie en verloop van de spellen

Het eerste en belangrijkste resultaat gaat over het spelen van het levenskunstspel.

De organisator van het project, Carola van den Heuvel, moet soms moeite doen om een groep bijeen te krijgen, andere groepjes zijn direct enthousiast.

De zes deelnemers kennen elkaar soms wel, soms oppervlakkig, soms niet. Voor het spelen van het spel blijkt dat niet eens zoveel uit te maken. Carola is de spelleider, een ander Zincafélid is waarnemer en maakt een verslag. We nemen ruim de tijd, 2,5 uur per spel. We zorgen voor een rustige, ongestoorde ruimte en een sfeer van ongedwongenheid, met koffie, thee en cake.

Je speelt het spel door aan een draaischijf te draaien, de pijl wijst een categorie van vragen aan, de deelnemer trekt het kaartje en beantwoordt de vraag.

De deelnemers stellen zichzelf voor aan de hand van de vragen die ze krijgen in de eerste ronde. De bedoeling is om al associërend, aan de hand van anekdotes, zonder al te lang na te denken, de vragen te beantwoorden.

Resultaten

Wat er gebeurt bij het spelen van het spel

- Als je ruim de tijd neemt en met aandacht luistert, als je belangstelling toont voor het verhaal van een ander, openen mensen zich en wil iedereen graag vertellen;
- In een groep met onbekenden kan een sfeer van intimiteit ontstaan die mensen doet besluiten hun ervaringen te delen;
- Als de een begint met een persoonlijk verhaal werkt dat aanstekelijk en volgen de andere deelnemers met hun persoonlijke verhaal;
- Door het uitspreken van een anekdote worden deelnemers zich bewust van wat voor hen van waarde is, na de anekdote is er ruimte voor hardop uitgesproken reflectie op die benoemde hervonden waarde;
- Reflectie van een deelnemer leidt tot zelfreflectie van de andere deelnemers;
- In een begeleide dialoog worden waarden besproken en de nuances en kleuren gewogen;
- Deze dialoog betreft mensen op elkaar en in de uitwisseling verdiept zich het contact;
- Dit contact leidt tot het vinden van eigen waarheden over de kunst van het leven;
- Het vaststellen dat je hebt gereflecteerd op eigen waarheden over de vraag hoe te leven verwondert veel deelnemers;
- Deze verwondering krijgt een waardering: zowel het spel als het delen van de ervaringen wordt bijzonder gevonden.
- De reflectie op de benoemde waarden zet zich soms om in voornemens, soms in tevredenheid;

Wat de rode draden zijn

- 1 Basisschoolleerlingen** kunnen uitstekend nadenken over wat ze belangrijk vinden Ze hechten aan privacy in de zin van op zichzelf kunnen zijn, je terugtrekken op je kamer. Ze hechten aan vriendschap en hechten aan loyaliteit aan hun ouders. Ze kunnen een dilemma ervaren als je vraagt of ze nou het liefste iets met hun beste vriend of met hun ouders zouden willen ondernemen. Kinderen kunnen voorbij alledaagse oppervlakkigheden de grotere waarde van liefde en zorgzaamheid overzien. Ze kunnen een begrip als 'rijk' in een breder kader plaatsen dan rijk in geld. Ze zijn bezig met thema's als je mening durven geven en toch niet uit de groep vallen. Dingen durven of toegeven dat iets spannend is.
- 2 Jonge moeders** zijn vrolijk en openhartig onderling terwijl ze ook sombere verhalen delen. Ze vechten tegen overbelasting en zijn op zoek naar rust. Ze voeren een ware zoektocht hoe ze goed kunnen opvoeden en tegelijkertijd zichzelf waarmaken, ze willen gepassioneerd leven. Ze voelen zich verantwoordelijk niet alleen voor hun gezin en leven maar ook voor hun omgeving.
- 3 De Generatie tussen de 33 en 43 jaar** is op zoek naar balans tussen werk en privé. Tussen inspanning en ontspanning. Avontuur versus veiligheid. Ze willen de tijd nemen om aandachtig te leven en bewust in het leven te staan. Ze voelen behoefte aan medemenselijkheid en vinden zichzelf trouw. Ze zijn zeer betrokken op hoe hun kinderen in het leven staan en proberen daar van te leren.
- 4 De ambtenaren** moeten omgaan met sterk veranderende omstandigheden en onzekerheden in het werk. Ze zijn 'engaged' en kunnen relativeren. Passies hoeven niet met werk samen te vallen, er zijn plannen voor studie na het pensioen of ze leven hun passies op geheel eigen wijze buiten de werksfeer, soms zeer reflecterend over de vraag hoe te leven.
- 5 Kerkvrijwilligers Achterveld** hebben oog voor elkaar, zijn belangstellend op een diepgaande inhoudelijke manier. Ze staan elkaar bij en hebben een hekel aan onverschilligheid. Ze leven waar ze voor staan: aandacht en bijstand aan de ander. Ze hebben bovengemiddeld veel levenservaring in de zin van moeilijkheden delen. Ze willen op zoek naar de dingen die je hart raken.

6 **Leden van serviceclubs** zijn vrijbuiters, ondernemers die zelf hun pad willen zoeken en de ruimte nemen. Ze hebben levenservaring in de zin van je hoofd stoten en toch weer doorgaan, de draad oppakken en doorzetten. Ze willen een zinvolle bijdrage aan de maatschappij leveren en geloven sterk in dingen die je zelf creëert. Nee zeggen is een must om niet af te branden.

7 **Gezinshuisouders in De Glind** hebben letterlijk hun hart, huis en gezin opengesteld voor jonge mensen met problemen. Ze zijn gevoelig en open maar net zo goed professioneel en kunnen de aandacht die ze geven ook begrenzen. Ze zoeken steeds naar de goede verdeling van hun tijd en aandacht. Hun zorgen gaan over of ze ook voor hun eigen kinderen de goede balans vinden. Uitspraken als 'Je mag me best vader noemen, maar onthoudt dat ik dat niet ben', zijn kenmerkend.

8 **Leesclubleden** zijn met pensioen en staan midden in het leven. Ze zijn geïnteresseerd en thema's zijn ouder worden, alleen komen te staan en je los maken van oude patronen en elementen van een vroegere opvoeding. Doen wat je wilt, nietsnutten, boos worden, het zijn geen vanzelfsprekendheden. Je eigen weg gaan en ontdekken wat er allemaal kan.

9 De **sponsors** zijn de minst homogene groep, een mengelmoes. Deelnemers zijn nieuwsgierig naar anderen, waarmee ze normaal gesproken nooit tot een persoonlijke uitwisseling zouden komen. Er wordt een nooit eerder gedeeld verhaal verteld, hetgeen tot ontroering leidt. Verhalen gaan over afscheid nemen, verdriet en lijfelijke aftakeling. Op jezelf terug geworpen worden als je alleen komt te staan.

10 En tot slot de **zelfstandig wonende ouderen in 't Hamersveld**. Je wel of niet uiten, fouten durven maken of risico's mijden, voor jezelf opkomen zijn de belangrijkste thema's. Thuis je verhalen kunnen vertellen, zelfstandig er op uit gaan (en een rondje fietsen) zijn belangrijk. Net als het gedeelde oordeel dat er meer aandacht voor het wel en wee van ouderen mag komen. Buren die elkaar niet zo goed kennen, bang voor geklets, ontmoeten elkaar en krijgen er lol in: kunnen we dit niet elke maand doen.



3 Samenstelling commissie

De werkwijze van de commissie onderging in 2015 geen noemenswaardige verandering. De voltallige commissie vergadert eenmaal per twee maanden en bespreekt de hoofdlijnen.

De commissie programma is verantwoordelijk voor de opzet en inhoud van de avonden. De commissie service zorgt voor de praktische en logistieke aspecten.

De samenstelling van de commissie is in de loop van het jaar een aantal malen gewijzigd. Rudy van der Linden, verantwoordelijk voor pr en communicatie en tevens betrokken bij het Levenskunst project, verliet in november de commissie. Willem Hekhuis (ook al betrokken bij de oprichting van het zincafé) is bereid de redactie van de Nieuwsbrieven en de verslagen van de avonden voor zijn rekening te nemen. Hij is geen lid van de commissie. De overige activiteiten op het gebied van pr en communicatie zijn door de commissieleden overgenomen.

Taetske Tamerus gaf aan met ingang van het nieuwe jaar te stoppen als lid. Gelukkig vonden we in Nynke Minnema weer een opvolgster.

Marco van der Spek vervulde ook in het afgelopen jaar de rol van webmaster.

Commissie Zincafé	Bijzondere taak	Subcommissie Programma	Subcommissie Service	Subcommissie Project
Hans Sybrandy	voorzitter	voorzitter		
Eric Jan Tuininga	moderator	X		x
Carola van de Heuvel		X		voorzitter
Taetske Tamerus (tot eind december)		X		
Dick van Norren			voorzitter	
Frits Raaijmakers	penningmeester		X	
Evelien Blom			X	
Rudy van der Linden (tot november)	pr/communicatie		X	x
Nynke Minnema (vanaf november)		x		

4 Overzicht bijeenkomsten 2010 – 2015

30 mei 2010	Sport als spiegel voor de samenleving	Robin van Galen
4 oktober 2010	Hoe geven we levensvragen door aan onze kinderen	Bas Haring Arjen van der Linden
15 november 2010	Waarom is populisme populair	James Kennedy
17 januari 2011	Compassie	Hans Visser Bas van der Veldt
14 maart 2011	Kerk en populisme	Bram Grandia Jan Overweg
23 maart 2011	Duurzaamheid	Liesbeth Spies
19 september 2011	De maatschappij en haar regels	Mirjam Sterk Dieuwke Biesma
28 november 2011	Verdriet	Désanne van Brederode
17 januari 2012	Zin in Onderwijs	Sjoerd Slagter Martin Slagter
5 maart 2012	Levensverhaal van de leider van De Kamers	Jos van Oord
23 april 2012	Duurzaam consumeren	Willem Lageweg
3 september 2012	Politiek en Journalistiek	Frank Eisma Daan Bleuel
22 oktober 2012	Meedoen in Leusden	Thijs Rolle Cor Pitlo Antoinette Evertse
9 november 2012	Hoe vrij zijn wij - The Adjustment Bureau	Film – De Tuin
21 januari 2013	Leven met kanker	Peter Kapitein Maurice van den Bosch
11 maart 2013	Zin in mijn leven	Kathleen Ferrier
23 april 2013	Searching for Sugarman	Film – De Tuin
3 mei 2013	Keuzes maken in lastige omstandigheden	Kamp Amersfoort
9 september 2013	Indringende Beelden	Martijn Kleppe
25 oktober 2013	Zin in ontwikkeling	Dorinne van Norren
27 november 2013	De mens als veredeld insect	Douwe Jan Joustra

27 januari 2014	Vinden en/of beschermen van daders en de invloed van sociale media	Thomas Aling Sacharko Broere Eric Jan Lutteveld Rosita Steenbeek
10 maart 2014	Zin in reizen	
14 april 2014	Zin in muziek	Peter de Hoog Erik Heierman
8 september 2014	Zin in kunst en spiritualiteit	Ben Piepers
10 november 2014	Oorlogsverslaggever, tot alles in staat?	Hans Jaap Melissen
26 januari 2015	Leven in verbinding	Herman Wijffels Herma vd Weiden
2 maart 2015	Vincent's visie op Levenskunst	Vincent Bijlo
13 april 2015	Levenskunst en intieme technologie	Rinie van Est
5 oktober 2015	Kinderen en levenskunst	Susan Smit
9 november 2015	Afsluiting Project "Levenskunst in Leusden"	Albert Jan Stam Carola v d Heuvel



5 Financiën

Inkomsten € 8435.79
Uitgaven € 8201.28
Saldo € 234.51

(begroot was een nadelig saldo van € 167.50)

6 Aantallen bezoekers en gemiddelde bijdrage per avond

het aantal bezoekers bedroeg 607 daar waar er 700 begroot waren:

26 jan. 2015	200 bezoekers bij fam. Wijffels	gemiddeld € 3.95
2 maart 2015	190 bezoekers bij Vincent Bijlo	gemiddeld € 3.89
13 april 2015	72 bezoekers bij Rinie van Est	gemiddeld € 3.46
5 okt. 2015	95 bezoekers bij Susan Smit	gemiddeld € 4.05
9 nov. 2015	50 bezoekers bij project bij Albert Jan Stam Carola vd Heuvel	gemiddeld € 4.30

de 607 bezoekers droegen gemiddeld € 3.90 per keer bij.

7 Sponsors lustrumproject

- Raad van Kerken
- AFAS
- Bloemendal Vastgoed
- VODW
- DB Adviesbureau
- Rotaryclub Leusden c.a.
- Coöperatiefonds Rabobank
- Bibliotheek Leusden
- Fonds Samenlevingsinitiatieven
- Bruidmedia
- Gemeente Leusden
- Leusder Krant
- Maatschap Onderwijs

8 Ten slotte

Een bijzonder woord van dank is hier op zijn plaats aan allen die ons Zincafé mogelijk hebben gemaakt. Alle werkzaamheden worden verricht door vrijwilligers en het is hartverwarmend te merken met hoeveel inzet en betrokkenheid alle werkzaamheden worden vervuld. In dat verband noemen we hier ook graag De Tuin. Naast de directie ook alle anderen die altijd voor ons klaar staan: mensen achter de bar, die voor koffie en thee zorgen, technici voor licht en geluid en de ondersteuning bij pr en communicatie.

Het eerste lustrumjaar is hiermee afgesloten. Vol energie storten we ons op een nieuw seizoen.